LIMA, JUEVES 27 DE FEBRERO DE 2025

@DiarioOjo | DiarioOjo | @diarioOjo | www.ojo.pe Precio: S/ 1.20 Vía aérea: S/1.50 | N°21310 | Director periodístico: Carlos Espinoza Olcay

CAMBIO DE DOLAR Compra: S/3.66 Venta: S/3.69

CAMBIO DE EURO Compra: S/3.90 Venta: S/3.92



"PENSÉ: COBRAN, ME MATAN Y SE VAN", CONFESÓ LILIAN ENTRE LÁGRIMAS A LA POLICÍA

COMERCIANTE VIVIÓ PESADILLA

- **ESTUVO SECUESTRADA DURANTE SEIS DÍAS** EN UNA VIVIENDA EN SAN MARTÍN DE PORRES
- DELINCUENTES LA AMENAZABAN CON **CORTARLE LOS DEDOS, VOLARLE LA CABEZA Y DETONAR UNA GRANADA**

14 PERSONAS FUERON Y SERÍAN MIEMBROS DE LA BANDA "LA COTA 905"

NEYDER AURELIO DÍAZ ANDRADE CABECILLA CAPTURADO

ALIANZA ES PURA FELICIDAD

Hinchas recibieron al equipo en el aeropuerto tras histórico triunfo en la "Bombonera"

XIOMY Y FARFÁN SOLO COMO AMIGOS

"Chinita" sacó sus cosas de la casa de "Foquita" y le desea lo mejor

SE VIENEN MÁS NOCHES CALIENTES

Temperatura en Lima superará los 21 grados y alertan por peligrosos "golpes de calor"

EDITORA GENERAL: SILVIA QUISPE RAMÍREZ

OPINAN LOS LECTORES

¿Cree que supermercados y centros comerciales solo deben abrir si se garantiza plenamente su seguridad?

SÍ 94%
NO 6%

Responde en www.ojo.pe

¿Cree usted que Alianza Lima eliminará a Deportes Iquique y avanzará en la Copa Libertadores?

LA CRUDA REALIDAD

GOLPE A LA DELINCUENCIA

Luego de seis días de permanecer en cautiverio, la comerciante de abarrotes Lilian Vega Carrasco fue liberada. Las felicitaciones del caso para el personal de la Dirincri, que junto con la División de Investigación de Secuestros y Grecco de la Policía Nacional rescataron a la empresaria de 35 años, quien fue raptada cuando se retiraba tras realizar sus labores en un centro de abasto en San Martín de Porres. Este operativo de rescate también puso en evidencia las falencias que hay en el sistema de justicia en nuestro país, pues el ministro del interior, Juan José Santiváñez, denunció que entre los capturados se encuentra un sicario vinculado a la banda de "El Monstruo", quien había sido detenido en octubre de 2024, pero fue liberado y volvió a delinquir. Para combatir la delincuencia en el país, es preciso que la Policía y el Ministerio Público actúen en coordinación para que los hampones no queden libres. En ese aspecto, cabe recordar que en el Congreso sigue en lista de espera la ley que restituye la detención preliminar en casos de no flagrancia. ¿Hasta cuándo?



SOLO OPERARÁ SI LA SEGURIDAD ES TOTAL, ADVIERTE PREMIER

INAUGURACIÓN DEL NUEVO JORGE CHÁVEZ ESTÁ EN DUDA

Aunque anunciada para el 30 de marzo, la inauguración del nuevo Aeropuerto Internacional Jorge Chávez solo se dará cuando se garantice su seguridad al 100 %, recalcó el premier Gustavo Adrianzén. Indicó que el sistema de aprovisionamiento de combustible a los aviones es subterráneo, no con cisternas como en el viejo terminal, y que en las primeras pruebas hubo observaciones. Mientras no se certifique todos los sistemas o exista un mínimo riesgo, no se inaugurará, dijo.

SE REUNIÓ CON 20 PARLAMENTARIOS PARA EVITAR SU CENSURA

Santiváñez hace lobby en Congreso

REDACCIÓN OJO
redaccion@prensmart.pe

Al revelarse que el titular del Interior, Juan Santiváñez, se reunió en su despacho con 20 congresistas, del 6 de enero al 21 de febrero, y que solo dos de ellos firmaron el pedido para censurarlo, la promotora de la moción, Susel Paredes, criticó ayer que el ministro busque captar a legisladores.

"El ministro del Interior tiene mucho poder. Tiene el poder de apoyar a las comisarías de los pueblos, de los representantes de regiones. Tiene la capacidad de acelerar investigaciones. Yo he hecho mi trabajo de recoger firmas y el ministro ha hecho su trabajo de lobby consiguiendo congresistas que no quieran firmar o que retiren su firma", declaró en Canal N.

Recordó que ante toda moción de censura, "los ministros despliegan sus coordinadores parlamentarios, sus operadores para que ya no firmen o retiren sus firmas", aunque en este caso confía en que se presentará la moción de censura que, al cierre de esta edición, tenía 32 de las 33 firmas exigidas.

OJO al dato

Santiváñez está obligado a "atender todos los requerimientos" de congresistas, indicó el Ministerio del Interior al avalar reuniones.

SOCIOS. Congresistas de Fuerza Popular, APP, Perú Libre, Acción Popular y Bloque Magisterial visitaron a Santiváñez y esas bancadas no han expresado su apoyo a censurarlo a pesar de su rotundo fracaso en la lucha contra la delincuencia.

"Si continúa la ola de crímenes, extorsiones, sicariato y ahora secuestros, la responsabilidad será de Fuerza Popular y APP que apoyan y visitan a un ministro que jamás dio la talla", enfatizó el excongresista Juan Sheput.



▪ Moción para censurar a Juan Santiváñez es un hecho.

FOTONOTICIA

OLLANTA DEBE ESPERAR BASTANTE POR SU JUICIO

El juicio contra el expresidente Ollanta Humala por el caso "Club de la Construcción", en que se pide 13 años de prisión, se extendería más de un año porque antes será la audiencia de control de acusación, dijo el penalista Luis Lamas Puccio.

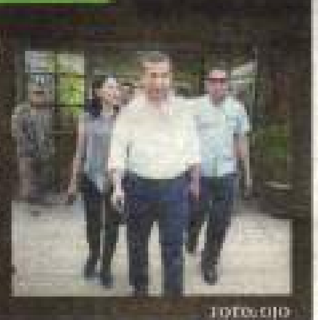


FOTO: OJO

Consultoría pone en problemas a Fredy Hinojosa

Un recibo por honorarios profesionales del vocero presidencial, Fredy Hinojosa, por el que recibió S/12,500 como consultor de una empresa, se omitió en su declaración jurada y luego la compañía pasó a ser el principal proveedor de lácteos de Qali Warma, programa que dirigió, reveló ContraCorriente.

▪ Consultorías "escondidas" son una línea a investigar por Qali Warma.

X TWITTER

LEÓN TRAHTEMBERG
Educador
@LeonTrahtemberg

"La salud mental de los alumnos pasa por la salud mental de los creadores del modelo educativo. El actual es esquizofrénico. Se postula creatividad y autonomía, pero se castiga a profesores o alumnos que piensan diferente o se salen de la caja".

OJOS&OÍDOS

LEY. A dos meses de archivarse una propuesta parecida, el Congreso recibió un proyecto de ley, de Somos Perú, para permitir la reelección de alcaldes y gobernadores regionales con el "argumento" de la necesidad de "continuidad" en la gestión pública.

ALIANZAS. La presidenta del partido Fuerza Moderna, Fiorella Molinelli, reclamó ampliar, hasta el 16 de julio de 2025, el plazo para formar alianzas electorales que vence en mayo próximo y dice "es injusto". ¿Le harán caso?

FAMILIA. La congresista provida Milagros Jáuregui presentó un proyecto de ley que plantea la creación del Ministerio de la Familia, que surgiría de la fusión entre el Ministerio de Desarrollo e Inclusión Social y el Ministerio de la Mujer y Poblaciones Vulnerables.

FUGA. El exministro Julio Demartini no genera peligro de fuga ante su posible nombramiento como embajador del Perú ante El Vaticano, aseguró su abogado en el caso Qali Warma, por el que se pide su arraigo, Fernando Silva.

LILIAN VEGA ESTUVO 6 DÍAS SECUESTRADA Y SU FAMILIA PAGÓ 85 MIL SOLES, PERO NO FUE LIBERADA Y POR ESO LA POLICÍA INTERVINO PARA RESCATARLA

Comerciante vivió una pesadilla



• Comerciante fue hallada atada y amordazada sobre un colchón.

• La Policía detuvo a 14 personas que serían de la banda delincuencial "La Cota 905".

REDACCIÓN OJO
redaccion@prensmart.pe

"Gracias Dios mío", dijo llorando la comerciante mayorista Lilian Marilú Vega Carrasco (35) cuando la Policía la rescató de las garras de la sanguinaria banda criminal peruana- venezolana "La Cota 905" que la tuvo seis días secuestrada y pretendía asesinarla.

Ante la negativa de los plagiarios de liberar a la víctima después de haber recibido 85 mil soles en tres partes, según informó la familia de la agraviada a la Policía, detectives de la División Antisecuestros ejecutaron el plan de rescate, pues la vida de la mujer estaba en serio peligro.

6 DÍAS
Estuvo secuestrada la comerciante, que fue rescatada por la Policía.

CAPTURAS. Para ello, en Lurín la Policía atrapó a los titulares de las cinco cuentas bancarias receptoras del dinero del rescate. El seguimiento a estas personas permitió a los investigadores identificar, ubicar y capturar al cabecilla de la red criminal, el venezolano Neyber Aurelio Díaz Andrade, quien también se encargaba de recaudar el dinero.

Simultáneamente, y después de la búsqueda de información, los agentes detuvieron a los peruanos Rolly Dennis Torres Quispe (26) y Alexis Antoni Mendoza Quispe (30), en Villa María del Triunfo. Ambos fueron los choferes, de la camioneta Volkswagen Tiguan y el lujoso auto Audi, usados en el plagio de Lilian Vega la noche del 19 de febrero, en la urbanización Fiori, en el distrito de San Martín de Porres. Ambos vehículos fueron robados y circulaban con placa clonada.

Durante el interrogatorio a los que fueron sometidos, los conductores revelaron la zona donde tenían escondida a la comerciante. Pese a la oscuridad de la noche y el accidentado camino, luego de dos horas de búsqueda, los detectives encontraron la casa donde Lilian estaba eb cautiverio, ubicada en la urbanización Programa Las Lomas de Limatambo, en San Martín de Porres.

ojo al dato
Los policías encontraron en el inmueble donde estaba secuestrada Lilian dos granadas, dos pistolas y municiones.

RESCATE. Los agentes antisecuestros, al mando del coronel PNP Franco Moreno Panta, con apoyo de efectivos de la Suat y el Grupo Especial Contra el Crimen Organizado (Grecco), tras abrir a combazos la puerta de metal irrumpieron en el inmueble.

Junto a un colchón tirado en el suelo encontraron a Lilian Vega en estado de shock. En el lugar fueron arrestados los venezolanos Jeimer Jesús Hernández Pineda (30), Anthoni José Gonzales Rojas (32), Yoely Del Valle Maraguacare (21) y Eveliannys Sharay Millan Gil (24). Cumplían la función de custodiar y alimentar a la víctima.

Tras su rescate, Lilian Vega Carrasco contó entre sollozos a la Policía que sus captores la amenazaban con cortarle los dedos, volarle la cabeza y detonar una granada. "Pensé: cobran, me matan y se van", confesó entre lágrimas.

EN ESTA CASA ESTUVO RECLUIDA



NEYBER AURELIO DÍAZ ANDRADE CABECILLA CAPTURADO



TAMBIÉN ES SICARIO DE ERICK MORENO "MONSTRUO"

CAPTURAN POR TERCERA VEZ A "CHUCHO", BRAZO ARMADO DE "YOHAIRO"

Por tercera vez fue arrestado el lugarteniente y sicario de Erick Moreno Hernández "Monstruo", quien por decisión de un juez estaba libre. Cayó con su pareja, en una casa en el distrito chalaco de Mi Perú.
Detectives Contra el Crimen Organizado y de la Brigada Especial Contra la Criminalidad Lima Norte atraparon a Jorge Aldair Quiñonez Velásquez "Chucho". Fue capturado junto a Maryori Cabeza Teodoro, en el interior de una vivienda que sería propiedad de la madre de "Monstruo", en el asentamiento humano Virgen de Guadalupe. En el inmueble los agentes hallaron siete cartuchos de dinamita.
"Chucho", brazo armado también del ex policía "Yohairo" fue detenido el 24 de octubre del 2024 después de atacar a balazos a dos policías. Maryori Cabeza tenía requisitoria por el secuestro de un empresario coreano en el 2024. (E.Cirilo).





CABLES PELIGROSOS. cables de internet y telefonía en desuso están generando graves problemas de seguridad. En San Martín de Porres, vecinos del sector Mirador 2 contaron que niños resultaron heridos tras tropezar con cables en el suelo mientras jugaban.

GAMARRINOS APLICAN NUEVAS TECNOLOGÍAS EN TELAS

Salen uniformes antimanchas

↗ GRECIA LLANOS
grecia.llanos@prensmart.pe

Nuevas tecnologías y características presentan las telas de los uniformes escolares confeccionados y comercializados en el emporio comercial de Gamarra, en La Victoria.

Así lo reveló la presidenta de la Asociación Gamarra Perú, Susana Saldaña, quien detalló que hay opciones antimanchas, antiarrugas, con protección UV, antifluidos y antialérgicos en camisas, faldas, buzos y otras prendas adquiridas en esta campaña.

"La tela de los uniformes escolares, en la que estamos innovando todos los años, es 100 % nacional (...) El Perú es uno de los productores de tela que mejor tecnología tiene en algodón", señaló a **OJO**.

Estas adaptaciones en la tela, que se hacen a través de tratamientos, buscan dar facilidades a los padres de familia para que "no sufran tanto lavando o planchado".

OFERTAS. Saldaña sostuvo que la venta mayorista está en su etapa final y los comerciantes se enfocan en las ventas minoristas con ofertas. "Tanto de colegios nacionales como particulares, llevan polos, shorts y uniformes deportivos porque son más frescos para los niños", refirió.



• Comerciantes ofrecen variados productos para escolares.

ojo al dato

Saldaña contó que los padres de familia acuden en grupo para obtener precios de fábrica o mayoristas y, así, cuidar sus bolsillos.

En cuanto a precios, dijo, los outfits completos, que constan de polo y shorts, cuestan desde 15 soles; camisas y blusas desde los 12 soles; y faldas y pantalones, a partir de 15 y 20 soles, respectivamente. Todos estos productos, incluidos zapatos, son vendidos en galerías como Plaza, Santa Rosa, Yuyi, Guizado y Rey, entre otras.

Por otro lado, Saldaña estimó en esta campaña la participación de 3500 mypes, que generan unos 40 mil puestos de trabajo, y se espera que puedan consolidar su recuperación.


• Desde el 17 de marzo, estudiantes irán a las escuelas.

RESGUARDARÁN A LOS COLEGIOS EN LIMA

Medidas de seguridad para escolares

Un plan de escuelas seguras, coordinado entre la Policía y las municipalidades, se pondrá en marcha desde el 17 de marzo, con el inicio del año escolar en que más de cinco mil colegios de Lima empezarán a dictar clases. "Este plan pretende cubrir los exteriores de los colegios con paraderos seguros o barrios seguros. Asimismo, estamos organizando las Brigadas de Autoprotección Escolar (Bapes), que buscan reducir los riesgos que existan en alrededores de las instituciones educativas públicas", dijo Marcos Tupayachi, director regional de Educación de Lima.

Destinos favoritos para Semana Santa


• Viajeros gastarán entre S/370 y S/420, más que el año pasado.

Destinos de alto valor turístico, tales como Cusco, Arequipa, Ayacucho y Tarapoto, son lo que tienen mayor interés por parte de los peruanos que viajarán durante la Semana Santa, en abril próximo, refirió la Cámara de Comercio de Lima.



CONTINÚA SUPERVISIÓN Y CIERRE DE CENTROS COMERCIALES

INVESTIGACIÓN DE REAL PLAZA TARDARÍA HASTA OCHO MESES

Para "casos complejos", como es la caída del techo de patio de comidas en Real Plaza Trujillo que dejó seis muertos y 81 heridos, el plazo máximo que toma la investigación es de ocho meses, señaló el presidente de la Junta de Fiscales Superiores de La Libertad, Luis Bringas. No obstante, aseguró que el Ministerio Público actuará con la mayor celeridad y "la idea es tratar de poder sacar la investigación lo más pronto posible".
En tanto, inspecciones y clausuras a centros comerciales siguen en Lima. En el Real Plaza Salaverry, la Municipalidad de Jesús María detectó fallas estructurales.

AL GRANO



CON CIRUGÍA AL CEREBRO SALVAN VIDA DE MENOR

Con una novedosa técnica, que implica una cirugía mínimamente invasiva, médicos del Hospital Guillermo Almenara, de Essalud, lograron salvar la vida de una menor de 12 años que tenía un hematoma cerebral con efecto de masa.



EXTRANJEROS CONSIGUEN ENTRAR A LA UNI

Cuarentaidós extranjeros, procedentes de 11 países, lograron una vacante en el examen de admisión 2025-1 de la Universidad Nacional de Ingeniería (UNI), lo que confirma que la casa de estudios es atractiva a nivel internacional.



HOSPITALES EN MAL ESTADO

La capacidad instalada del 98 % de hospitales del país es inadecuada, reveló un estudio de Videnza Consultores. Sus infraestructuras son precarias y sus equipos son obsoletos o inoperativos para el flujo de pacientes.





DESCARGA LA APP Y ENCUENTRA MÁS OFERTAS.








¡APROVECHA ESTAS INCREÍBLES OFERTAS!



HYUNDAI
TELEVISOR

- Ultra HD
- ROKU Smart TV
- HDMIx3 / USBx1 / Bluetooth
- Sintonizador Digital ISDB-T





Lenovo
LAPTOP

- Procesador Intel Core i5
- Disco Sólido 1TB
- 16GB RAM







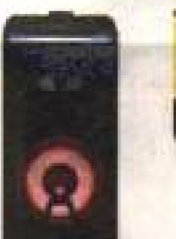
mabe
REFRIGERADORA
RMA255FYPG

- Sistema de enfriamiento No Frost
- 4 bandejas
- Bandeja de cristal templado
- Iluminación interna

CON única
S/ 1,019
OTRO MEDIO DE PAGO: S/1,199

BLUETOOTH





LG
TORRE DE SONIDO XBOOM
OK99M

- Equipo Máxima potencia
- Conectividad (Multi Bluetooth CD/USB x2)
- Consola DJ/ DJ Sharing / DJ Effect / DJ Pro
- Iluminación LED Multicolor

CON única
S/ 1,699
OTRO MEDIO DE PAGO: S/1,999



motorola
SMARTPHONE MOTO G34
G34 BLACK BEAUT

- Almacenamiento 256GB
- 8GB RAM
- Cámara principal 50+2MP
- Cámara frontal 16MP



S/ 594
OTRO MEDIO DE PAGO: S/699



Paraíso
DORMITORIO ROYAL PRINCE
CAMCS-135-ROP2-N

- Tela tejida de punto
- Espuma, Tela y Resortes Pocket

S/ 1,569

POR COMPRAS EN TODA LA TIENDA, LLÉVATE
PACK MOCHILA + AUDÍFONOS + PARLANTE BT
NOOZ A SOLO S/99
Válido en tiendas seleccionadas desde el 27 de febrero al 02 de marzo del 2025.

POR COMPRAS EN TODA LA TIENDA, LLÉVATE
VENTILADOR BOX 12"

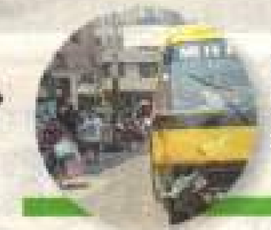



Válido en tiendas seleccionadas desde el 27 de febrero al 02 de marzo del 2025.





TCEA Máxima: 172.32%



DESPISTE DE CÚSTER DEJA 5 HERIDOS. Al menos cinco personas resultaron heridas cuando una cúster de transporte público se despistó a la altura del paradero 8 de la avenida Fernando Wiesse, en San Juan de Lurigancho, al parecer por fallas mecánicas.

▪ Más de 50 mil viviendas se reportan como afectadas.

62 PERSONAS HAN PERDIDO LA VIDA

Lluvias continuarán golpeando a regiones

Lluvias de moderada a fuerte intensidad continuarán en varias regiones del país en lo que resta de la semana, indicó el Servicio Nacional de Meteorología e Hidrología (Senamhi).

Afectarán principalmente a Tumbes, Piura y Lima, y podrían activar quebradas generando deslizamientos. De diciembre a febrero últimos, unas 62 personas murieron y puentes se dañaron por las lluvias. Las precipitaciones afectaron más de 50 mil viviendas, de las que nueve mil quedaron inhabitables, dejando a muchas familias en situación crítica.

Ven explotación animal en uso de carruajes

▪ Caballos tendrán estrés por ruido y agotamiento extremo.

Implementar carruajes a caballo en el Centro Histórico de Lima, como planea el alcalde Rafael López Aliaga, es "un grave retroceso en materia de bienestar animal" y una forma de "explotación", refirió la organización Proyecto Libertad.

ALERTAN SOBRE PELIGRO DE "GOLPES DE CALOR" DE DÍA

Lima tendrá más noches calientes

↗ AURORA CARUAJULCA
↗ GRECIA LLANOS

No solo de día se reportan altas temperaturas. En las noches, los termómetros marcan en Lima valores por encima de lo normal debido a las condiciones cálidas del mar, según el Servicio Nacional de Meteorología e Hidrología (Senamhi).

"Estaciones reportaron temperaturas mínimas: 21 °C (Callao), 21.1 °C (Jesús María) y 20.9 °C (La Molina)" la noche del martes, detalló.

Estas temperaturas nocturnas que se han reportado esta última semana seguirán en lo que resta de febrero y el inicio de marzo. "Se espera que estas condiciones persistan", adelantó el Senamhi.



▪ Especialistas recomiendan a la población hidratarse.

GOLPE. Cuando la temperatura del cuerpo humano alcanza los 40° C o más, debido a la exposición prolongada al calor, en el Perú de día, se produce el "golpe de calor" que daña la salud.

Los grupos de mayores riesgo son los niños, gestantes y adultos mayores. Entre los síntomas figuran dolor de cabeza, fiebre mayor a 40 °C, piel enrojecida, sequedad en la boca, mareos y nauseas, respiración rápida y pérdida de conciencia.

A la fecha se reportó 67 casos de golpes de calor, la mayoría en Madre de Dios, Lambayeque y Piura, según la data libre del Ministerio de Salud al registrar consultas.

"Lo ideal es bajar la temperatura a 38 grados bañando a la persona con agua fría. No se debe demorar en llevarla a un hospital para determinar la severidad del caso", puntualizó el infectólogo Carlos Gómez.

ojo al dato

En Carabayllo se ha registrado el mayor número de días (17) en febrero con un índice ultravioleta "extremadamente alto".



▪ CALOR INTENSO
▪ FEBRERO CALUROSO

AL GRANO



SE ARRODILLA Y LLORA PARA EVITAR IR PRESO

Joel Dextre Cotrina (22) fue detenido en flagrancia tras robar el celular a una adulta mayor, en La Victoria. Al verse acorralado por la Policía, intentó evitar que la víctima formalice la denuncia y, de rodillas, lloró y le suplicó perdón.



CHAMO ARRASTRA CON MOTO A CHICA PARA ROBARLE

El venezolano Elvis Alexander Pantoja (24) fue atado a un poste y la Policía lo llevó a la comisaría de Sol de Oro, luego de que vecinos de Los Olivos lo atraparon por arrastrar en una moto a una adolescente para robarle el celular.



MATAN A CHOFER DE COMBI DENTRO DE UNA COCHERA

Con un arma de fuego con silenciador, sicarios asesinaron al chofer Edwin Luis Sánchez Coronado (46), cuando dormía dentro de una combi en una cochera de la avenida Víctor Fajardo, en La Perla, Callao.



DESAPARECIÓ TRAS CAÍDA DE BUS AL COLAPSAR PUENTE EN CHANCAY

USAN PERROS ENTRENADOS PARA BUSCAR A PROFESORA

La desaparición de la maestra Patricia Liberto Salcedo (46), tras colapsar el puente Chancay, mantiene a su familia en una búsqueda desesperada. Aunque testigos aseguran que la sacaron del bus, su paradero es un misterio.

Durante días, se ha buscado a la mujer en las zonas más inaccesibles. Hay afiches con su imagen en puntos claves como Chancay y Huacho, pero sigue inubicable.

Isaac Trujillo, su esposo, propuso una nueva estrategia: la búsqueda con perros entrenados para rastrear desaparecidos. "Ya estamos saliendo con los perros de la Unidad Canina (de la Policía) para dar con su paradero", señaló con la esperanza de hallar a su esposa.

EL VATICANO

RECIBE FISIOTERAPIA Y SUPERA MAL RENAL

Papa mejora y habla de su sucesor

AGENCIAS OJO
redaccion@prensmart.pe

Una "nueva y leve mejoría", con "una normal evolución" del cuadro pulmonar que lo tiene internado dos semanas, experimentó ayer el papa Francisco en el hospital Gemelli de Roma, donde trascendió que habló sobre su sucesión en el papado.

La Santa Sede informó que el sumo pontífice continúa recibiendo oxígeno en "altos flujos", a pesar de que no ha sufrido más crisis respiratorias como la del fin de semana.

Sigue en estado crítico, mientras tratan la neumonía bilateral que lo afecta y está llevando a cabo "fisioterapia respiratoria".

Una buena noticia es que la insuficiencia renal detectada hace unos días "ha pasado", según El Vaticano.

Como en días anteriores, el papa recibió la Eucaristía a primera hora, desayunó y despachó desde su cama. El prelado nombró a cuatro nuevos obispos: José González, de Tuxtla Gutiérrez (México); Peter Mel Murphy, de Armidale, Australia; Andrés Sáinz, de Jesús María México; y Josaphat Jackson Bududu, de Tabora, Tanzania.

SUCESIÓN. Trascendió que, reunido su número dos en la Iglesia, cardenal Pietro Parolin, el papa habría hablado de la búsqueda de un sucesor, cargo para el que suena el cardenal ganés Peter Turkson.

Otros "papables" son los cardenales Luis Tagle (Filipinas), Matteo Zuppi (Italia) y Willem Eijk (Países Bajos) y el mismo Pietro Parolin.

ojo al dato

Los fieles que residen en Roma volvieron a congregarse anoche, en la Plaza San Pedro, para rezar el rosario y pedir por el papa.

ACABA APAGÓN MASIVO CON TOQUE DE QUEDA



SANTIAGO. Tras el apagón masivo que dejó a más de ocho millones de viviendas y negocios a oscuras el último martes en Chile, el país volvió ayer a la normalidad, con el suministro de electricidad pleno, y el Gobierno de Gabriel Boric levantó el estado de excepción y el toque de queda impuestos para manejar la crisis que desde La Moneda se calificó de "catástrofe nacional". El Ministerio del Interior anunció una "investigación profunda" del apagón.

OJO | LIMA
JUEVES 27|02|2025
ojo



DAN PASO PARA ENFRENTAR AL SÍNDROME DE DOWN. Investigadores de las universidades japonesas de Medicina de Mie y de Salud de Fujita eliminaron in vitro la copia extra del cromosoma 21, responsable del síndrome de Down, lo que es un paso trascendental, aunque inicial, en busca de evitar esa alteración genética.

NICARAGUA



CONVIERTEN A PROFESORES EN PARAMILITARES

Empleados públicos nicaragüenses, incluidos maestros, son obligados por la dictadura de Daniel Ortega a jurar por miles como policías voluntarios, figura creada en una reciente reforma a la Constitución que, según la oposición, se trataría de fuerzas parapoliciales y paramilitares del régimen.

ESTADOS UNIDOS



MIGRANTES SON ESPANTADOS CON PUBLICIDAD

"Te encontraremos y deportaremos. Nunca regresarás", pero "si te vas ahora" podrías volver. Este es el mensaje que el gobierno del presidente Donald Trump transmite en Estados Unidos y en el extranjero a través de anuncios publicitarios en radio, televisión, medios digitales y redes sociales.

FOTOLOCA



ESTADOS UNIDOS

TRUMP IMAGINA A GAZA COMO UN LUJOSO BALNEARIO

El presidente de Estados Unidos, Donald Trump, generó controversia al compartir un video generado con inteligencia artificial que muestra Gaza como un lujoso balneario tras expulsar a sus habitantes palestinos, tal como desea al igual que el primer ministro de Israel, Benjamin Netanyahu. Aparece Gaza con rascacielos, hoteles de lujo y yates, y se ve a Trump y Netanyahu en una piscina. También se ve una estatua dorada de Trump y uno de sus hoteles con su nombre.

COLOMBIA



DETIENEN A BURRIER QUE LLEVABA DROGA EN "NARCOPELUCA"

Al notar algo raro en su cabeza, con un abultado y desordenado cabello, la Policía Nacional de Colombia detuvo a un burrier de unos 40 años que pretendía abordar un vuelo desde el aeropuerto de Cartagena con destino a Ámsterdam, Países Bajos. Al someterlo a un escáner se comprobó que llevaba una peluca adherida a la cabeza y dentro de ella -a la que se denominó "narcopeluca"- varios paquetes con un total de 220 gramos de cocaína.

FRANCIA

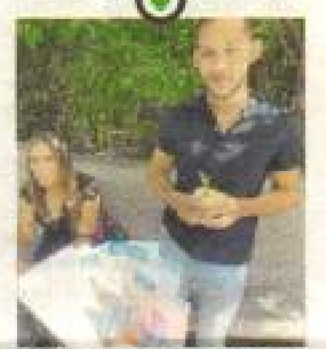


GEORGE CLOONEY MANEJA SU TRACTOR

Cuando era niño en Kentucky soñaba dejar la granja en que vivía y hoy, confesó el actor George Clooney, es feliz en una finca del siglo XVIII en Provenza, donde trabaja y maneja un tractor.

ASÍ FUE

MÉXICO



DEJA QUE BESEN A SU NOVIA POR UNOS BILLETES

El creador de contenido Roberto González, llamado "HotSpanishMx", compartió en redes el reto de ofrecer dinero a cambio de un beso. Un joven y su novia lo aceptaron por 5000 pesos (900 soles) y tras el apasionado beso de la chica con un desconocido, el novio terminó la relación porque ella dijo que le gustó. "Era un piquito nomás. ¡Si quieres quédate con él!", exclamó el furioso novio.

¿SABÍAS QUE... LOS MILLONARIOS PODRÁN SER CIUDADANOS ESTADOUNIDENSES?

SE IMPLEMENTARÁ LA "TARJETA DORADA", PERMISO MIGRATORIO PARA MAGNATES HACIA LA CIUDADANÍA POR 5 MILLONES DE DÓLARES.

9 DIFERENCIAS







¡Únete y pásalo de lo lindo con tu familia!

CRUCINÚMEROS

Ubique en la cuadrícula los números que se dan agrupados por la cantidad de cifras. Los impresos servirán de punto de partida.

			1	■	5	■	1			
5	3	1	■				■			
		■	8					■		
	■	8						8	■	
					3	■	3			
■					■					■
			4	■	1					7
	■							5	■	
		■						■	9	
			■			3	■		0	
			4	■	1	■	3		1	

2 CIFRAS
14 - 16 - 36 - 41
52 - 62 - 91 - 94

3 CIFRAS
108 - 249 - 289
293 - 294 - 383
412 - ~~591~~ - 623
683 - 693 - 832
~~901~~ - 964

4 CIFRAS
1528 - 1531 - 2841
3162 - 3415 - 4329
6224 - 7314

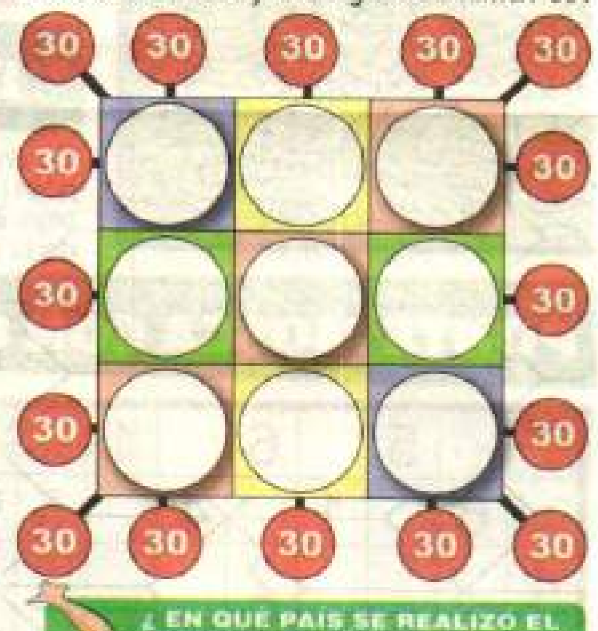
5 CIFRAS
17081 - 23141
25641 - 46423
54113 - 63127
74485 - 81285
82023 - 82521
83162 - 84682

6 CIFRAS
142743 - 166837

7 CIFRAS
1867415 - 2233613
8311428 - 8373488

SUMANDO

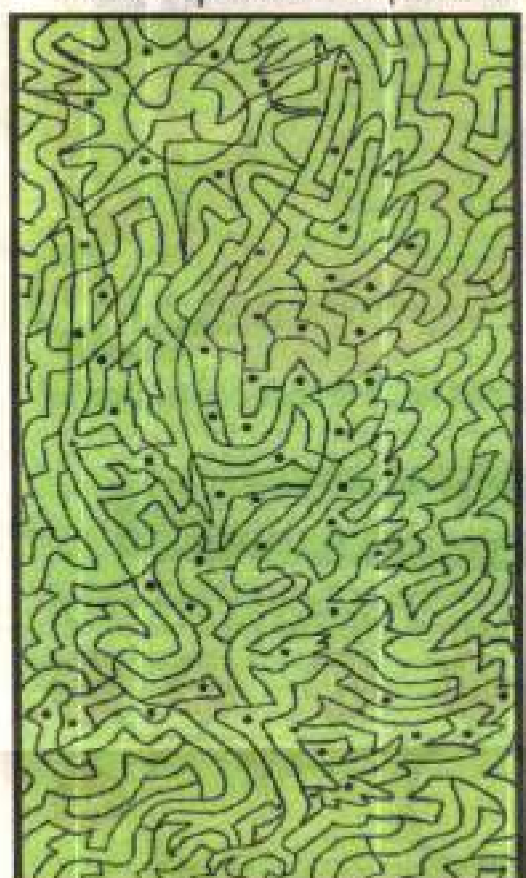
Coloque los números del 6 al 14 para que las filas, las columnas y las diagonales sumen 30.





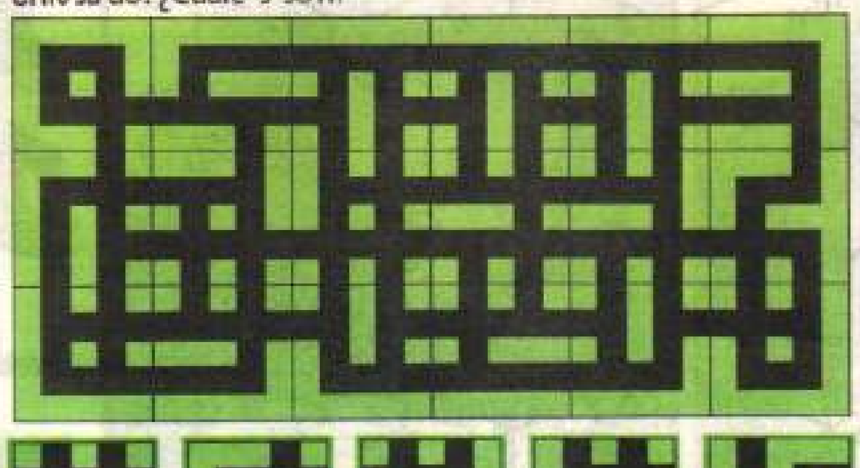
SOMBREAR

... Los espacios con puntos.



MENTE ÁGIL

Dos de las losetas numeradas no corresponden al enlosado. ¿Cuáles son?



1 2 3 4 5

RELAX

De un solo trazo, sin levantar ni pasar dos veces por una misma raya o cruzarla, dibuja la figura de la derecha.

LABERINTO



PONTE MOSCA CON EL SUDOKU

Nº 100

		5		6		1		
	6		1		4		5	
4				2				9
3		6		4		2		5
	7		3		1		8	
5		9		7		3		1
8				9				7
	9		4		5		2	
		3		1		4		

Nº 101

1			4		9			7
	6			3			1	
		4				8		
		6		7		3		
	9		5		8		6	
2				1				5
		2				5		
	1			5			7	
8			7		4			6

TIRA DE HUMOR



CRUCIPALABRAS

Ubique en la parrilla las palabras que se presentan a continuación agrupadas alfabéticamente y de acuerdo con su cantidad de letras.

2 LETRAS
SE

3 LETRAS
COE
COL
IRA
NOS

4 LETRAS
COPA
CRÍN
GATO
LIMA
~~MONO~~
ORAR
RISA
SOEZ
TABA
TUTE

5 LETRAS
ÁMBAR
BONGÓ
CANAS
ÍNDIO
MEIGA
OBOES
OLMOS
PERRO
PINAR
REMAR
RETOS

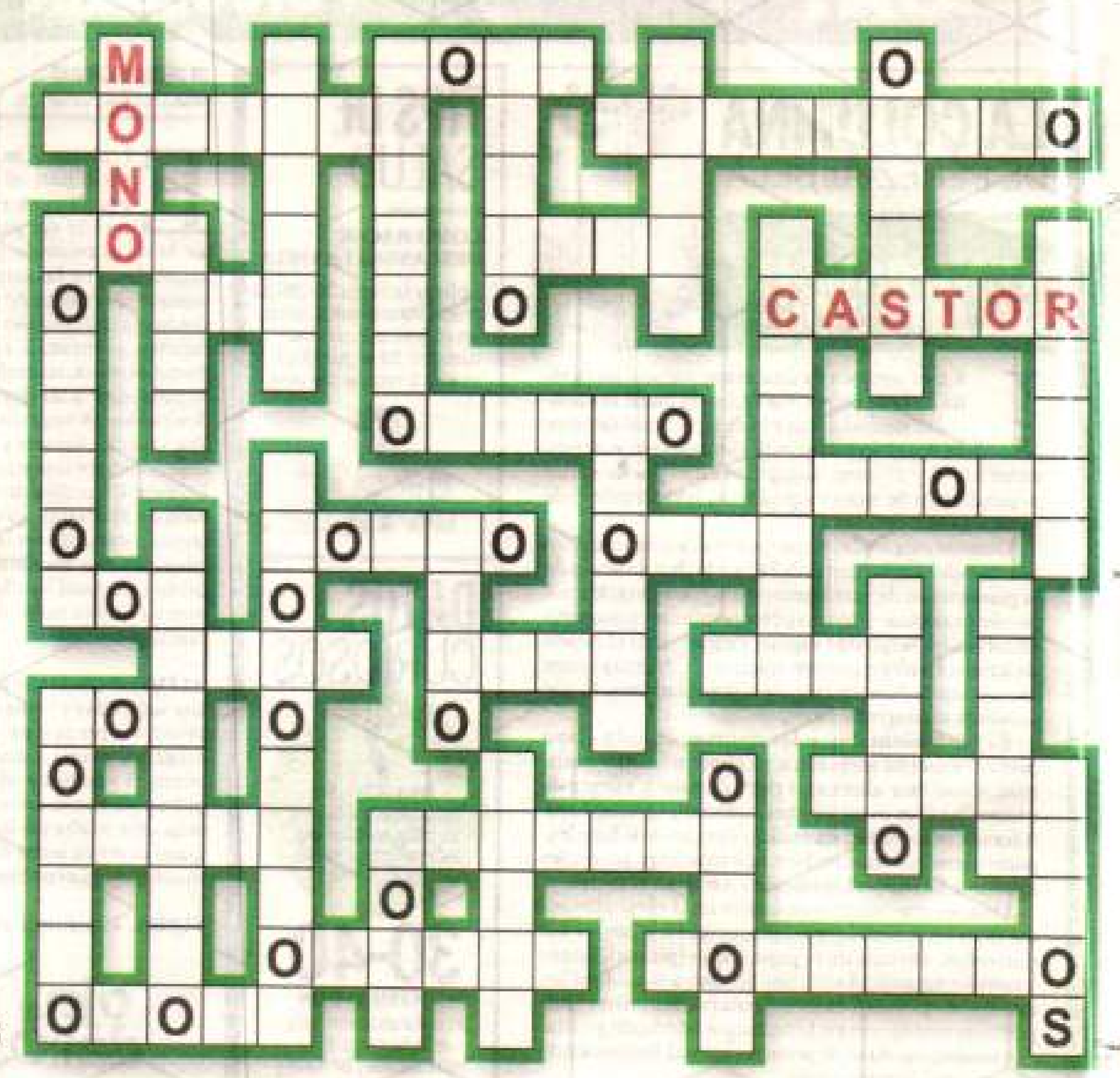
6 LETRAS
ANIDAR
~~CASTOR~~
CÓMICO
ESTOPA
ILOTAS
ODESSA
ÓPERAS
OTARIO
TRABAS

7 LETRAS
CANGURO
CORAZÓN
POLENTA
SEMANAL

8 LETRAS
ACELERAR
MOSQUITO

9 LETRAS
ASTERISCO
PESCADERO

10 LETRAS
ABOTONADOS







PIRÁMIDE

Debajo de cada resultado hay dos casillas cuyos números sumados dan dicha cantidad.



SALUD Y PSICOLOGÍA



SOBREPESO Y DESNUTRICIÓN EN MENORES DE 5 AÑOS

Jessica Huamán Vilca, vocera de la Plataforma por la Seguridad Alimentaria, advierte que los niños menores de 5 años en Perú sufren sobrepeso, desnutrición y anemia.

LA COLUMNA DE PÉREZ-ALBELA

MENOPAUSIA SIN MIEDOS

La menopausia es una etapa natural en la vida de toda mujer que marca el fin de la capacidad reproductiva y la desaparición definitiva del ciclo menstrual. Generalmente ocurre entre los 45 y 55 años, aunque la edad puede variar dependiendo de factores genéticos, hormonales y de estilo de vida.

Durante esta etapa, el cuerpo experimenta cambios hormonales importantes debido a la disminución de la producción de estrógenos y progesterona, lo cual puede ocasionar síntomas como sofocos, insomnio, irritabilidad, sequedad vaginal y cambios en el estado de ánimo. También pueden aparecer problemas a nivel óseo, como la disminución de la densidad ósea, lo que aumenta el riesgo de osteoporosis.

Es fundamental que las mujeres en esta etapa presten especial atención a su alimentación y nutrición. Consumir alimentos ricos en calcio, magnesio y vitamina D es esencial para mantener la salud ósea. Además, se recomienda realizar ejercicios de bajo impacto como caminar, nadar o practicar yoga, los cuales ayudan a fortalecer los huesos y a reducir el estrés.

Otra recomendación es incluir en la dieta alimentos ricos en fitoestrógenos, presentes en la soya y sus derivados, además de la papa ñame (pituca), linaza y camote amarillo, los cuales ayudan a equilibrar los niveles hormonales de forma natural. También es importante mantener una hidratación adecuada y evitar el consumo excesivo de proteína animal, favoreciendo el consumo de miso y tofu.

Un estudio del King's College London sugiere que consumir 30 tipos diferentes de plantas semanalmente puede reducir en un tercio los síntomas de la menopausia, como los sofocos y los cambios de humor. Esta dieta rica en fibra y fitoestrógenos ayuda a equilibrar los niveles hormonales y a mantener una microbiota intestinal saludable.

Pensamiento: "El mejor remedio para la menopausia es abrazarla como parte de la vida y buscar un equilibrio entre el cuerpo y la mente." El Maestro Mayo.

> "EL MEJOR REMEDIO PARA LA MENOPAUSIA ES ABRAZARLA COMO PARTE DE LA VIDA Y BUSCAR UN EQUILIBRIO ENTRE EL CUERPO Y LA MENTE."

@perezalbela | Dr. José Luis Perez-Albela B.
Citas: 936098953 Oficina: 2818677

TIPS DE SALUD

CÓMO HACER DESCANSAR LA VISTA

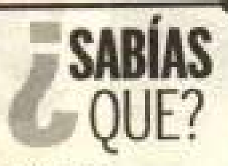
Aplicar la regla 20-20-20 (cada 20 minutos, mirar un objeto a 6 metros durante 20 segundos) ayuda a relajar los ojos.



DATOS CURIOSOS

7 DE CADA 10 niños tienen problemas de visión como miopía, astigmatismo y ambliopía en el Perú.

30-40 CENTÍMETROS es la distancia adecuada de lectura y escritura entre los ojos y los libros o cuadernos.



¿SABÍAS QUE?

LOS OJOS TRANSMITEN EMOCIONES

Sentimientos como el amor dilatan la pupila, llegando hasta el 45% al ver a quien se ama.



REDACCIÓN OJO
redaccion@prensmart.pe

SI NO SE CONTROLA, PUEDE CAUSAR PROBLEMAS AL CORAZÓN

Consejos para reducir el colesterol



El colesterol es necesario para el cuerpo, pero en exceso puede ser peligroso. Si no se controla, puede acumularse en las arterias y aumentar el riesgo de enfermedades del corazón como infartos, o derrames. La Dra. Rocío Medina, miembro de la Sociedad Americana de Nutrición, la organización The Obesity Society y es vicepresidenta e integrante del Consejo Consultor de Nutrición de Herbalife, propone algunos cambios en la dieta para prevenir los niveles altos de colesterol, ayudando a mantener una salud cardiovascular óptima.

ALIMENTOS. Evitar las grasas saturadas y trans es necesario. Opte por proteínas magras y grasas saludables como el aceite de oliva, la palta y los frutos secos. Además, elija productos bajos en grasa como la leche descremada y los quesos blancos.

FIBRA. Consumir más fibra ayuda a disminuir a absorción de colesterol. Las frutas, verduras y granos enteros son aliados perfectos. Una dieta rica en fibra favorece el buen funcionamiento digestivo y la salud cardiovascular.

EJERCICIO. La actividad física diaria reduce el colesterol malo y aumenta el bueno. Incluso 30 minutos de ejercicio moderado como caminar, nadar o andar en bicicleta pueden marcar una gran diferencia.



Las grasas no son malas. Un 30% de las calorías diarias deben ser grasas, pero se deben priorizar las grasas saludables, como las monoinsaturadas y omega-3.

1. **PESO SALUDABLE. Mantener un peso adecuado es esencial para controlar el colesterol. La obesidad, especialmente la grasa abdominal, es un factor de riesgo importante.**
2. **EVITE EL ALCOHOL. Limitar el consumo de alcohol, especialmente en personas con colesterol alto o riesgo cardiovascular, ya que afecta la salud y el colesterol.**
3. **CUIDADO CON EL ESTRÉS. El estrés crónico puede elevar el colesterol y afectar la salud cardiovascular. La meditación ayuda a reducir sus efectos negativos.**



PICAZÓN Y VISIÓN BORROSA

Síntomas y factores de riesgo de la fatiga ocular

La Dra. Elisa Yagui, médica oftalmóloga de Oftalmosalud, señaló que la fatiga ocular, asociada al uso excesivo de dispositivos electrónicos, afecta tanto a adultos como a niños. Los síntomas incluyen ardor, picazón, visión borrosa, dolor de cabeza y tensión en cuello y hombros. Factores como una mala iluminación o lentes incorrectos agravan esta condición, que impacta la calidad de vida.

CRACK ojo

Guerrero y Noriega no jugarán la ida ante Iquique

El equipo del pueblo se dio un baño de masas. Luego de su gesta en la "Bombonera", el plantel de Alianza Lima regresó a la capital y fue recibido por sus hinchas que colmaron el Jorge Chávez. La fiesta de los victorianos empezó en el avión que los trajo a Lima. Los aficionados que acompañaron al cuadro hasta Buenos Aires reconocieron el esfuerzo de los futbolistas y los ovacionaron cuando aparecieron en la aeronave.

Los más aplaudidos fueron Carlos Zambrano, "Billy" Viscarra y Hernán Barcos, que hizo un balance de la eliminatoria con los xeneizes. "Boca supo lo que era Alianza Lima en Lima, realmente ellos fueron superiores en su casa, pero en los 180 minutos merecimos la victoria. Somos justos ganadores y felices por esta hazaña. Nunca bajamos los brazos", expresó el "Pirata". Por su parte, Paolo Guerrero resaltó el trabajo de Néstor Gorosito.

"Fue muy importante su labor, el ambiente no se mostró a favor de él, la hinchada se concentró más en criticar al profe que a los jugadores, por un lado, nos quitó el peso de la cancha", precisó el atacante.

El "Depredador" también se refirió a la definición desde los doce pasos. "El técnico nos dijo que pateemos con cabeza fría, que elijamos el palo o el lado donde vamos a patear, pero que tengamos mucha frialdad a la hora de patear. Mis compañeros supieron manejar esa situación", señaló Guerrero que también habló de lo que viene para Alianza y de lo que significa ganar a un cuadro histórico. "Estamos felices, pero todavía falta para el objetivo. Ahora toca centrarnos en el partido del sábado que es muy importante en la liga peruana y queremos ganar", finalizó el goleador.

Los íntimos, que para el partido de ida ante Deportes Iquique no podrán contar con Erick Noriega y Paolo Guerrero por acumulación de tarjetas amarillas, usarán un once alternativo ante Cristal.

LA FIESTA DEL PUEBLO

ALIANZA LIMA TUVO UN GRAN RECIBIMIENTO TRAS ELIMINAR A BOCA JUNIORS DE LA COPA LIBERTADORES EN LA "BOMBONERA"

FIRMADOS

"Toda mi familia es hincha de Boca Juniors, así que le digo a mi mamá que perdón, pero tuvimos que pasar nosotros"

GUILLERMO ENRIQUE
Lateral de Alianza Lima

"¿Un futbolista con 40 años no puede jugar? Qué jugada ensayada de Alianza Lima. Barcos salió de atrás y metió un gran cabezazo"

FELIPE MELO
Futbolista de Brasil

"Esta gestión siempre nos pegaba muy duro cuando no hacíamos un buen papel en Libertadores y yo siempre estuve en contra de eso."

CARLOS TEVEZ
Ex jugador de Boca Juniors

"Yo soy Gago, agarro al arquero y le digo: '¿Por qué te querés ir? ¿Estás loco? Andá a atajar vos. Vos sos el tipo importante'"



ÓSCAR RUGGERI
Ex jugador de Argentina

GOROSITO SE REFIRIÓ AL TRIUNFO ANTE BOCA JUNIORS

"Pipo" reveló su secreto



▪ Fue la tercera vez seguida que el técnico amarga a Boca Juniors en la "Bombonera".

REDACCIÓN OJO
redaccion@prensmart.pe

El hombre más buscado luego de la hazaña de Alianza Lima en la "Bombonera" fue el entrenador "Pipo" Gorosito. El estratega de 60 años, artífice del planteamiento y de "calentar" la previa charló con medios locales antes de emprender el regreso a Lima y dejó en claro que gran parte de lo que pasó ante Boca Juniors fue una revancha.

"Si me hablan de la 'Bombonera', es solo el estadio, la pelota y los dos equipos. Nada más. Recuerden que la selección argentina quedó fuera del mundial de 1970 en esa cancha", empezó diciendo Gorosito quien también reveló la estrategia aliancista en el gol de Hernán Barcos. "Sabíamos que Boca era débil defendiendo por el centro, así que Hernán atacó el espacio luego de la 'cortina' que hizo Renzo Garcés y metió un gran cabezazo", explicó el técnico. "Pipo" también dejó en claro lo que sintió tras ganar en Lima la ida del cruce.

"Nos molestó el desprecio a los jugadores. Cuando ganamos en Perú, no era mérito nuestro, sino que se hablaba de que perdió Boca. Nos daban por descontado. Se había adelantado el partido que iba a jugar el sábado Boca con Rosario Central para el viernes, para el martes con Iquique", expresó el entrenador.

En Boca Juniors, el delantero Edinson Cavani posteó una foto ofreciendo disculpas por el increíble gol que falló en el final.

ojo al dato

La prensa argentina especula que Fernando Gago será despedido de Boca Juniors tras la reunión de ayer con la directiva.

POR LA SELECCIÓN

CREMAS EN PROBLEMAS

Si el partido pendiente ante Atlético Grau se programa para el próximo miércoles 12 de marzo, Universitario no contaría con sus seleccionados. Óscar Ibáñez ya anunció que empezará a trabajar con la blanquirroja desde el 10, de cara a los partidos con Bolivia y Venezuela, y Aldo Corzo, Andy Polo, Edison Flores y Álex Valera no viajarían a la "Ciudad de la eterna primavera". Por ello, desde la "U" tramitarían un permiso especial para sus futbolistas.

LA COLUMNA DE EL OJÓN

por: el calidoso

EL PUEBLO ALIANCISTA SIGUE CELEBRANDO LA HAZAÑA

Hola, holaa, holaaa, holaaaa, mi gentita, vengo más embalado que el hincha blanquiazul celebrando la hazaña en la "Bombonera". Alianza hizo historia eliminando a Boca Juniors por penales y ahora jugará con Deportes Iquique para definir el pase a la fase de grupos de la Copa Libertadores. El cuadro del "Pipo" salió sin complejos y le jugó de igual a un cuadro xeneize que fue puro centro y pelotazo. Ni el tempranero gol en contra de Miguel Trauco hizo que los victorianos perdieran los papeles. Se nota la mano del técnico y el buen nivel de todo el plantel. Felicitaciones al pueblo aliancista. **¡CHEEEEESSSSSS!**



Todos estuvieron bien, pero hubo actuaciones superlativas como las del arquero Viscarra que no solo detuvo un penal. El boliviano sacó dos pelotas de gol y le dio confianza a su zaga. En la defensa, el "León" Zambrano rugió en una cancha que conoce muy bien y contagió a Renzo Garcés que a su buen fútbol le sumó temperamento. Lo de Erick Noriega ya no sorprende, donde lo ponen responde y es un jugador de exportación. Arriba el "Pirata" Barcos con su golazo ratificó porqué el aficionado lo tiene como uno de sus ídolos. **¡OJITO, OJITO!**

En el Callao la gente está "volando". El fin de semana pasado jugaron sin público por falta de garantías y ahora no les quieren prestar el Estadio Nacional para el choque ante Universitario por la quinta fecha del Apertura. Los rosados creen que hay una "mano negra" detrás de todo esto y la intención es complicarlos para que a fin de temporada tengan que pelear el descenso. Por ahora el técnico Cristian Paulucci se mantiene al margen, pero ya le pidió a la administración que se "pongan las pilas". **¡HUUUUMMMMM!**



En el Rímac están preocupados porque el regreso a las canchas de Yoshimar Yotún no tiene fecha fija. Primero se dijo que reaparecería en marzo, luego en abril y ya hay algunos que creen que será en mayo. Con la baja de Cazonatti, se necesita un "peso pesado" en la volante y por eso quieren a "Yoshi" cuanto antes de regreso, pero nadie sabe con certeza cuándo se volverá a vestir de corto. Bueno mi gente, esto es todo por hoy, mañana volvemos con más y mejor información. **¡CHAAAAAAUUUUUU!**



BRASILEÑOS PUSIERON A O'REY POR SOBRE MESSI

NEYMAR Y RONALDO ELIGEN A PELÉ COMO EL MEJOR DE LA HISTORIA

En medio de tantas discusiones sobre el mejor jugador de la historia, le tocó a Neymar "meter su cuchara" y se decantó por su compatriota, Pelé. "No es que no quise ser rey, es que para mí rey solo hay uno y es Pelé. Pasaron muchas cosas, tuve lesiones que me costaron mucho en mi carrera y bueno, Dios lo quiso así", dijo el delantero del Santos al youtuber "The Grefg". En tanto, Ronaldo Nazario también opinó sobre el mejor jugador. "Sin duda, Cristiano está entre los mejores de la historia, pero que sea el mejor, no estoy de acuerdo. Pelé sería número 1 sin duda y luego Messi y Maradona empatados", declaró.

MERENGUES VENCIERON 1-0 DE VISITA A LA REAL SOCIEDAD EN LA IDA DE "SEMIS"

Real Madrid bebió de la Copa del Rey



▪ El brasileño Endrick marcó el único gol en San Sebastián.

Con titulares o suplentes, el Real Madrid es candidato para ganar todo lo que juega. Los "blancos" no solo quieren levantar otra "orejona" y quedarse con La Liga, también aspiran a llevarse la Copa del Rey.

Ayer los madrileños dieron un gran pase para meterse en la final al ganar 1-0 de visita a la Real Sociedad. El cuadro de Carlo Ancelotti sufrió en San Sebastián, pero una soberbia actuación de su portero Andriy Lunin les permitió quedarse con el triunfo.

Consciente que el próximo martes lo espera el Atlético de Madrid, "Carleto" reservó a algunos titulares como Rodrygo, Federico Valverde y Kylian Mbappé. Estas bajas hicieron que se resienta el accionar del equipo, pero aparecieron actores de reparto como Endrick que marcaron la diferencia. El brasileño, que es uno de los goleadores de su cuadro en el torneo, hizo el único tanto del partido a los 11' a gran pase de Jude Bellingham. El juvenil de 18 años estuvo activo y se comprendió bien con Vinicius que por primera vez fue capitán del Madrid.

Luego de este gol los dueños de casa lo intentaron de todas las maneras, pero se encontraron con un Lunin inspirado.



"VIEJA SEÑORA" SIN COPA ITALIA

Juventus alargó su pésima temporada y tras quedar fuera de la Champions ahora dijo adiós a la Copa Italia tras caer 4-2 por penales ante Empoli en cuartos de final.



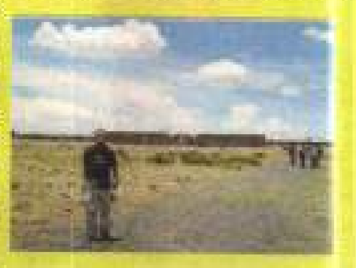


EN LAS RUINAS DE TIAHUANACO

Durante la época escolar las voluminosas enciclopedias se convirtieron para mí en un tesoro porque era de obligatoria lectura para hacer las tareas del colegio. Aún no existía Internet por lo que la visita a las bibliotecas eran necesarias.

Retrocedo en el pasado y recuerdo cuando tomaba un bus de la empresa Enatru (Los Ikarus), en Chorrillos, con destino a la Biblioteca Nacional, ubicada en la avenida Abancay en el Centro de Lima. Un largo recorrido que me tomaba más de dos horas pero a cambio conocía varios distritos de la ciudad.

Entre los libros que más leía en la biblioteca era la famosa enciclopedia escolar Escuela Nueva porque cuando la abría "viajaba" en el tiempo al leer sobre gestas heroicas, guerras o civilizaciones antiguas. El detallado contenido iba acompañado de gran cantidad de ilustraciones. Uno de los temas que me asombró fue cuando leí sobre la grandeza de la cultura Tiahuanaco que se estableció en parte de los países de Perú, Bolivia, Argentina y Chile. Fue así que muchos años después viajé a Bolivia para conocer el complejo arqueológico de Tiahuanaco o Tiwanaku.



Terminada la excursión al fantástico Salar de Uyuni, donde estuve tres días y dos noches, decidí ir a corroborar todo lo que había leído en el colegio por lo que retorné a la ciudad boliviana de La Paz. Luego me dirigí al paradero del Cementerio General y subí a un minibús. Esta vez, solo viajé yo y mi mochila.

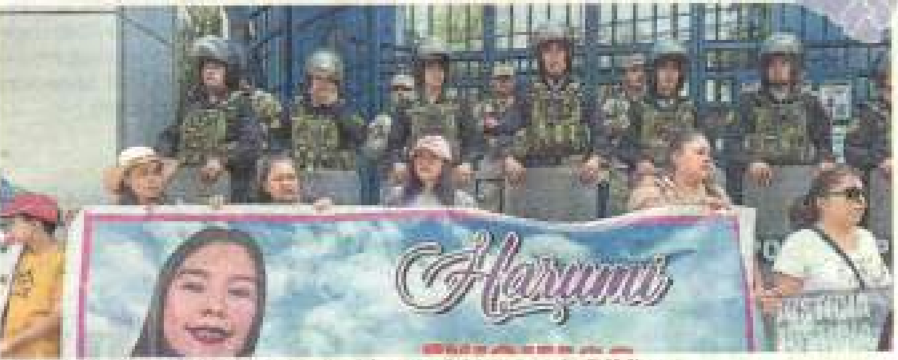
Después de una hora y media, y 74 kilómetros de trayecto llegué al sitio arqueológico que, según los historiadores, fue construido mucho antes de la aparición del Imperio Incaico. Es decir, la cultura Tiahuanaco tiene sus inicios hace 1500 años antes de Cristo. Resulta sorprendente sus años de antigüedad por lo que es conocida como la "cultura madre" de América del Sur.

En la actualidad dicho centro arqueológico se encuentra a 15 kilómetros distante del Lago Titicaca. Una de las tantas hipótesis que se cuentan es que antes las aguas llegaban hasta Tiahuanaco y este habría sido un puerto.

Tras realizar el pago de la entrada y al pasar por la puerta principal noté inmediatamente una similitud en la arquitectura con la cultura incaica. He estado en el Santuario de Machu Picchu, en Cusco, y en otras ruinas, y puedo manifestar su parecido. El pueblo de Tiahuanaco ha sido declarado Capital Arqueológica de Bolivia y Patrimonio Mundial de la Humanidad por la Unesco.

El mencionado sitio arqueológico, situado a 3842 metros sobre el nivel del mar, está conformado por templos, pirámides y complejos. Los espacios sagrados por los tiahuanaquenses son Kantatallita, Akapana, Templete, Kalasasaya, Putuni, Kerikala y Puerta de la Luna. Me quedé sorprendido por lo que vi. Nos vemos.

LA LIBERTAD



• Deudos hicieron un plantón en el frontis del Ministerio Público.

REAL PLAZA ANUNCIA FONDO DE 20 MILLONES DE SOLES PARA VÍCTIMAS

Familia de Harumi exige justicia

REDACCIÓN OJO
redaccion@prensmart.pe

Familiares y amigos de Harumi Carbajal, quien perdió la vida en la tragedia ocurrida en el centro comercial Real Plaza, hicieron un plantón en el frontis del Ministerio Público para exigir justicia. Los manifestantes solicitaron que la Fiscalía y el Poder Judicial sean imparciales y sancionen a los responsables.

"Aquí hay responsables, aquí hay una investigación; ahora yo no te puedo decir exactamente a quiénes quiero ver presos. El dolor que nos ha causado la pérdida irreparable, la muerte de mi prima, no nos va a pasar ni con la cárcel (de los culpables), lo único que pido es que la Fiscalía haga el trabajo y sea imparcial", indicó, Yuri Carbajal, prima de la joven fallecida.

"Ahora (he escuchado que) ponen precio y hablan de millones. Lo único que yo pido es justicia y que se dé con los culpables, con los responsables del hecho ocurrido el viernes", afirmó.

ojo al dato

Familiares de las víctimas denunciaron a través de los medios de comunicación y las redes sociales la falta de atención por parte de la empresa.

PAGO. Real Plaza, en tanto, anunció la creación de un fondo de S/ 20 millones para cubrir los gastos médicos y de recuperación de las personas afectadas.

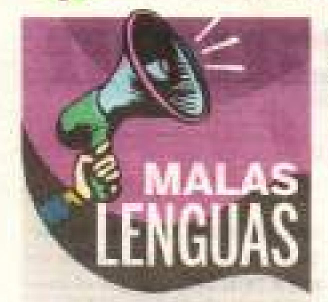
A través de un comunicado, el centro comercial informó que ofrecerá otros desembolsos complementarios en beneficio de las víctimas y sus familias, sin perjuicio de las compensaciones adicionales que correspondan.

PIURA

INCENDIO DEJA MILLONARIAS PÉRDIDAS



PIURA. Más de 400 mil soles en pérdidas económicas habría dejado un incendio que afectó seis puestos, cuatro de ellos de venta de madera, en la Zona Industrial de la ciudad de Piura. Cerca de las 4 de la mañana de ayer, el siniestro alertó a los vecinos de la urbanización San Ramón, en Piura. El fuego fue controlado por los bomberos después de tres horas.



Estas malas lenguas llegan cargadas de hato "chimi chimi"... La conductora **MARÍA PÍA COPELLO** contó que está entusiasmada por su debut como actriz de doblaje en la película animada "Kayara", sobre una mujer andina que quiere ser chaski... **RAFAEL CARDOZO** comentó que no lo han invitado a la boda de **ALEJANDRA BAIGORRIA** con **SAID PALAO**, y cree que la rubia no quiere porque le está organizando la despedida de soltero en el extranjero a su novio... A propósito, **MACARENA VÉLEZ** recordó que en su momento también tuvo planes de matrimonio con el popular "Samurai", pues pensaban que sería un amor para toda la vida... **RICHARD ACUÑA** descartó que su esposa **BRUNELLA HORNA** vaya a regresar a la conducción en la televisión, pues dijo que la tiene feliz en la casa con su hijo... Nos vamos, nos vemos mañana.





LESLY CABELLO APAGA 21 VELITAS. La conductora Lesly Cabello celebrará los 21 años del programa "Encantos del Perú" este 2 de marzo en el Complejo Santa Rosa, al lado de conocidos exponentes de la cumbia y el folclore como Dilbert Aguilar y Puro Sentimiento.

Xiomy aclara a Delany López por "Foquita"

DICE QUE NO SE METIÓ EN RELACIÓN Y QUE CONOCIÓ A FARFÁN SOLTERO, PERO HOY SON AMIGOS

CARLA CHEVEZ

Xiomy Kanashiro fue presentada como una de las tres conductoras (Johanny Vegas y Rosa Leyva) del programa "Zona Musical" que se emitirá desde este sábado a las 5 de la tarde, por Panamericana Televisión, y aclaró que Jefferson Farfán es solo su amigo, que no le compró un canal y le desea lo mejor.

"De profesión soy comunicadora, a los 22 años terminé y me licencié. Tuve algunos programas digitales y también laboré con Paco Bazán", dijo al presentarse en la conferencia organizada por la productora "Echowave".

Luego, cuando se le abordó para saber cuál era su estatus con Jefferson Farfán, ya que se le vio hace unos días en una camioneta de propiedad del futbolista, dijo que en su momento se sabrá quién no quería oficializar.

"El tema de Jefferson Farfán es un tema privado y con respecto a la oficialización, en algún momento se sabrá quién no quiso desde un principio y por qué. Si me han visto en la camioneta fue porque tuve que recoger algunas cosas y eso fue todo. Con él hemos quedado como amigos, no súper amigo como comprenderán, y le deseo lo mejor", detalló.



OJO al dato

Xiomy dijo que llegó a la conducción por sus propios medios, pues también es licenciada en Comunicación y trabajó con Paco Bazán.



JEFFERSON FARFÁN
FUTBOLISTA

En otro momento aclaró que no se metió en la relación que Jefferson Farfán tuvo con Delany López. "A la señorita no la conozco, no sé quién es ella, y yo conocí a Jefferson solo, no tenía ninguna relación y eso pasó en enero", precisó.



Ahora su mamá y ella cuidan de sus hijos.

LE RECUERDA QUE EL COLEGIO ESTÁ POR EMPEZAR

Pamela pide a Cueva para útiles

Pamela López espera que Christian Cueva cumpla con la pensión de sus hijos, las matrículas y la lista de útiles, pues hace 8 meses que ella solventa los gastos de los menores.

"Hasta ahora nada, y estamos por iniciar el colegio y todo se complica. Sé que él va a pagar la mensualidad directamente", detalló durante la presentación de franquicias del estilista italiano Giovanni Sepede.

- ¿Ellos ya están en terapia?

Ya la han empezado nuevamente.

- Pamela, ahora quién cuida a tus hijos (las nanas que se comunicaban con Christian Cueva decidieron irse por la filtración de algunos audios)

Mi mamá, una persona de mi confianza y yo. (C. Chevez)



Christian Cueva disfruta de su amor con Pamela Franco.

ESPERA QUE PIDA AYUDA

"Tomate" triste por el "Sonerito"

Carlos "Tomate" Barraza lamentó la situación que atraviesa César Vega, a raíz de que fue denunciado de agredir en estado de ebriedad a su pareja Suheyn Cipriani. "Es un gran referente de la salsa, pero lo que ha pasado empaña terriblemente su carrera", precisó Barraza, quien le sugirió al "Sonerito" que pida ayuda profesional por su problema con el alcohol.



AL GRANO



HUGO GARCÍA SOLTERITO

Hugo García señaló que está tranquilo, feliz, haciendo mucho deporte y enfocado en seguir creciendo. "Yo estoy soltero, salgo, me divierto con amigas, nada más", dijo.

SUSY DÍAZ DEJA LIBRE A FLORCITA

Susy Díaz dijo que no quiere involucrarse más en la vida sentimental de su hija Florcita Polo. "Ella es la que decide. Si se friega, será su problema", precisó la rubia.



• Artistas esperan que equipo victoriano siga con la buena racha.

• MARTÍN FARFÁN CÓMICO

• HERNÁN BARCOS JUGADOR

Artistas vibraron con Alianza Lima

TRAS GANARLE A BOCA JUNIORS EN LA "BOMBONERA"

REDACCIÓN OJO
redaccion@prensmart.pe

La farándula nacional celebró el triunfo de Alianza Lima ante Boca Juniors, en Argentina, y señalaron que Carlos Zambrano, Hernán Barcos y el arquero Guillermo Viscarra fueron las grandes figuras del equipo victoriano.

"Le ganamos a un grande, hay que aplaudir al equipo. Jugaron bien y en la definición de penales no fallaron ni uno. Ahora que vengan los chilenos de Deportes Iquique", comentó Pablo Villanueva "Melcochita".

De igual forma, Martín Farfán dijo que se emocionó hasta las lágrimas con la clasificación de Alianza Lima en la "Bombonera".

"Tenía mucha fe en el equipo y demostraron que están trabajando bien, que hay mucha unión y mucha calidad en el equipo. Sabía que Barcos haría un gol y lo grité mucho", indicó el comediante de "JB en ATV".

De igual forma, el cantante Luigi Carbajal comentó que celebró el triunfo ante los argentinos. "Ha sido un gran partido de Alianza; aunque en los 90 minutos perdimos, supo manejar los tiempos y no pasó apuros. Y en los penales demostramos estar más enteros, más preparados mentalmente", añadió.

Finalmente, Joao Castillo espera que Alianza Lima siga cosechando triunfos para poder llegar a la Copa Libertadores. "Han formado un grupo competitivo para hacer una buena campaña en un torneo a nivel internacional. Esperamos ganarle a los chilenos y entrar a la Copa Libertadores", agregó.

ojo al dato

Recordemos que Alianza Lima jugará el próximo miércoles con Deportes Iquique en Chile.



PROFESIONAL SOLTERO
Emprendedor con pequeño negocio está interesado en conocer a una dama de 25 a 40 años, responsable y de buen carácter.
967 093 370

ERMITAÑO DIVERTIDO
Varón comprensivo quiere formar una relación con una mujer bonita, sincera, amorosa y comprensiva, de 29 a 38 años. Sin hijos
rayli_aries@hotmail.com

DIVERTIDA Y BAILARINA
De 50 años, extrovertida y amante del baile, está en la búsqueda de un caballero sincero y divertido, discreto para pasar buenos momentos.
mitegiacomo2023@gmail.com

VIUDO SIN HIJOS
Varón con trabajo estable y buena solvencia económica desea conocer a una mujer de entre 39 y 49 años en Lima, con miras al matrimonio.
907 953 309

Escribir a: buzondelamor@prensmart.pe

MAGALY MORO
magalymoro@prensmart.pe



Mi comadre chatea mucho con mi esposo

Sara (55, Independencia). Doctora Magaly, estoy atravesando por una situación bastante incómoda luego de descubrir que mi comadre y mi esposo chatean por WhatsApp a diario. Me enteré de su cercanía un día que mi marido vino borracho luego de una pinchanga, y decidió darme su clave del celular para realizar un pago a un delivery de comida. Hace tiempo que no le revisaba el celular a mi esposo, y cuando lo hice mucho tiempo atrás, no había encontrado nada; sin embargo, esta vez me llevé tremenda sorpresa.

Doctora, resulta que Alfonso se comunica a diario con Lucía, una gran amiga del barrio, que además es la madrina de bautizo de mi hija mayor. Y, aunque la conversa no tenía mensajes comprometedores, sino más de amistad, todo eso me pareció muy raro.

Ambos se enviaban mensajes en la mañana para saber cómo habían empezado el día, luego retomaban la conversa en el almuerzo y se despedían en la noche. También se mandaban muchos memes y videos graciosos de TikTok. Apenas vi ese chat, no pude evitar llorar, ya que muchas veces Alonso ni se digna en responder mis mensajes y mucho menos ve los videos o memes en los que lo etiqueto, y siempre lo he excusado pensando que está muy ocupado, pero veo que para Lucía sí tiene tiempo libre.

Mis amigas me han dicho que lo encare, porque es una falta de respeto que hable frecuentemente con otra mujer y a mí me ignore, pero temo que se enoje y me restriegue que en la conversa no hay nada de malo. No sé qué hacer. Necesito su consejo, por favor.

ojo al consejo

Querida Sara, entiendo lo difícil de esta situación. Lo más importante es hablar con tu esposo de manera calmada y sincera, sin confrontarlo agresivamente. Exprésale cómo te hace sentir su comportamiento y cómo afecta tu relación. La comunicación abierta es clave. Si te preocupa la reacción, podrías considerar la ayuda de un consejero de pareja.

SOLUCIÓN OJOGRAMA ANTERIOR



CONSEJO SENTIMENTAL



TRUCOS PARA RECONQUISTAR A LA PAREJA

La pasión y el romance pueden disminuir con el tiempo, pero nunca es tarde para reconquistar a la pareja. Pequeñas sorpresas, expresar el amor y revivir recuerdos especiales son formas efectivas de renovar la conexión emocional.

MOMENTOS ROMÁNTICOS EN TIEMPOS DE ESTRÉS

Incluso en los días más agitados, un gesto romántico puede aliviar el estrés y fortalecer la relación. Un mensaje de cariño o una pequeña sorpresa puede recordarle a la pareja lo importante que es, incluso en medio de la rutina.

EL HORÓSCOPO



POR AMATISTA
996288415



ARIES 21 DE MARZO | 20 DE ABRIL
Excelente jornada en lo laboral o profesional. Llegará la oportunidad que tanto esperaba para sacar lo mejor de sus conocimientos. Suerte.



TAURO 21 DE ABRIL | 20 DE MAYO
Pasará por cambios de humor durante el día de hoy, pero no es justificación para maltratar a nadie en el trabajo ni a la persona amada.



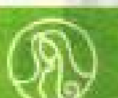
GÉMINIS 21 DE MAYO | 20 DE JUNIO
Evite malgastar el dinero o usar en exceso la tarjeta de crédito. Terminará endeudándose y echará por tierra todo su presupuesto.



CÁNCER 21 DE JUNIO | 20 DE JULIO
Hágale saber siempre a su pareja cuánto la ama y necesita. Es como regar siempre una plantita que simboliza el amor que se tienen.



LEO 21 DE JULIO | 21 DE AGOSTO
Le será imposible ocultar malas decisiones tomadas recientemente en el trabajo. Resígnese y asegúrese de no repetir los errores.



VIRGO 22 DE AGOSTO | 20 DE SEPTIEMBRE
No deje que una discusión intrascendente termine por afectar seriamente la relación de pareja. Contrólese y todo marchará mejor.



LIBRA 21 DE SEPTIEMBRE | 22 DE OCTUBRE
Le resultará imposible cumplir con las responsabilidades profesionales hoy. Pida ayuda a sus colegas laborales de confianza.



ESCORPIO 23 DE OCTUBRE | 22 DE NOVIEMBRE
No pretenda que culpen a otros por lo que hizo mal en el trabajo. Acepte las consecuencias de sus errores y será una mejor persona. Suerte.



SAGITARIO 23 DE NOVIEMBRE | 20 DE DICIEMBRE
Afortunadamente, podrá contar con el apoyo incondicional de sus colegas más allegados ante un problema de último minuto.



CAPRICORNIO 21 DE DICIEMBRE | 19 DE ENERO
Son pocas las opciones que tiene en el trabajo para poner en marcha sus proyectos. No fuerce la situación. Tenga paciencia y buen humor.



ACUARIO 20 DE ENERO | 18 DE FEBRERO
La situación laboral parece complicarse por la mala actitud de algunos negativos. Continúe hacia adelante con voluntad de acero.



PISCIS 19 DE FEBRERO | 20 DE MARZO
Busque el momento adecuado para poner en discusión ciertos asuntos en el trabajo. No siempre podrá contar con el apoyo que necesita.

ojo GRAMA

REFRÁN: CAE MÁS RÁPIDO UN MENTIROSO QUE UN COJO.

Significado: Las mentiras, aunque se intenten ocultar, suelen ser fácilmente descubiertas con el tiempo y la verdad.

CINE — cataujo@hotmail.com / Nº 6544



COMER para VIVIR

Nutricionista - Dietista CNP 3526
Magíster en Ciencias Básicas Médicas con Mención en Bioquímica

¿GASTRITIS O REFLUJO PUEDEN CAUSAR DÉFICIT DE B12?

➔ Si tiene gastritis crónica o reflujo gastroesofágico, puede tener un riesgo elevado de deficiencia de vitamina B12. Esto se debe a que el estómago produce ácido y una proteína llamada factor intrínseco, esenciales para la absorción de esta vitamina en el intestino. La inflamación gástrica, el uso prolongado de antiácidos e inhibidores de la bomba de protones (como omeprazol) reducen la producción de ácido, dificultando la absorción de B12.

➔ La deficiencia de esta vitamina puede tardar años en manifestarse, pero sus efectos son serios: fatiga, debilidad, hormigueo en manos y pies, pérdida de memoria y hasta anemia megaloblástica. En casos graves, puede causar daño neurológico irreversible.

➔ Si es su caso, monitoree los niveles de B12, consuma alimentos fuente como carnes y lácteos, y considere suplementos bajo supervisión médica, especialmente en quienes usan antiácidos crónicamente.